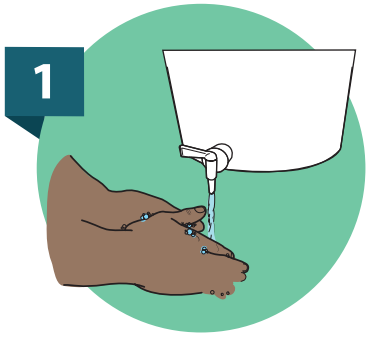
Incentivar a lavagem das mãos e criar uma solução para a lavagem das mãos em ambientes de poucos recursos a nível global

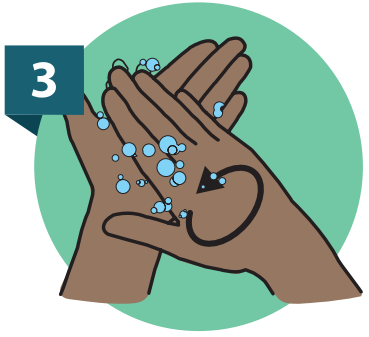
Lavagem das mãos

Lave as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos. Use a água mais limpa possível, por exemplo, de uma fonte conhecida.* Se não houver água e sabão disponíveis, use um desinfetante para as mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool.

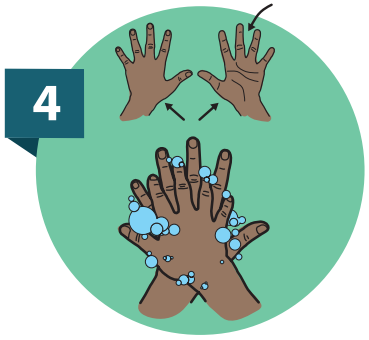


Molhe as mãos com água.

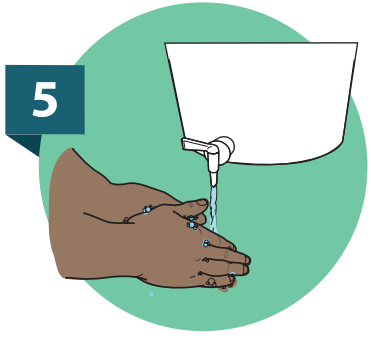
Aplique sabão suficiente para cobrir a parte da frente e a parte de trás das mãos e entre os dedos.



Esfregue ambas as mãos; a parte da frente, a parte de trás e entre os dedos.



Lave a parte da frente e a parte de trás das mãos, entre os dedos e sob as unhas.



Enxague as mãos com água limpa.

Seque as mãos completamente usando uma toalha limpa, toalha de uso único ou seque ao ar.

QUANDO LAVAR AS MÃOS PARA PREVENIR A COVID-19:

Lembre-se de lavar as mãos **antes, durante ou depois** de cada uma destas atividades para se manter saudável:

- Antes, durante e depois de preparar refeições
- Antes de comer
- Antes de tocar seu rosto**
- Antes e depois de cuidar de alguém doente
- Depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar
- Depois de chegar de um local público
- Depois de trocar fraldas ou limpar uma criança que usou o banheiro
- Depois de usar o banheiro
- Depois de tocar em um animal, em sua ração, fezes ou urina
- Depois de tocar no lixo

** **Evite tocar os olhos, o nariz ou a boca** sem antes lavar as mãos.

* Ao usar álcool em gel ou desinfetante para as mãos à base de álcool, aplique o produto na palma de uma mão e espalhe o produto em toda a superfície das mãos, esfregando-as até se secarem completamente. Leia o rótulo do desinfetante para mãos para saber a quantidade correta de produto a usar.

cdc.gov/coronavirus

Incentivar a lavagem das mãos e criar uma solução para a lavagem das mãos em ambientes de poucos recursos a nível global

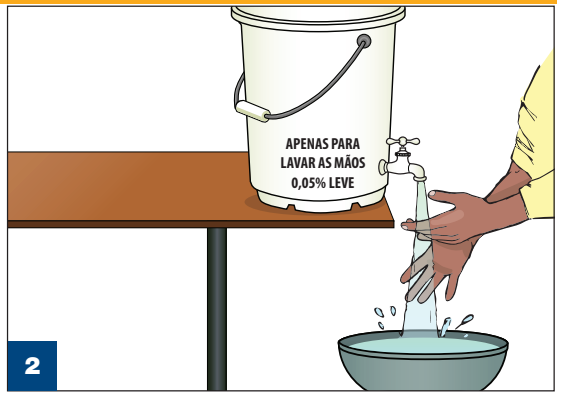
Solução para lavagem das mãos

Lembre-se de usar soluções para lavagem das mãos à base de cloro apenas quando sabão, água ou gel à base de álcool não estiverem disponíveis.

Como fazer uma solução para lavagem das mãos com água sanitária líquida a 5%

Use água com cloro **LEVE** para lavar as mãos. Prepare uma nova solução de água com cloro **leve** todos os dias.

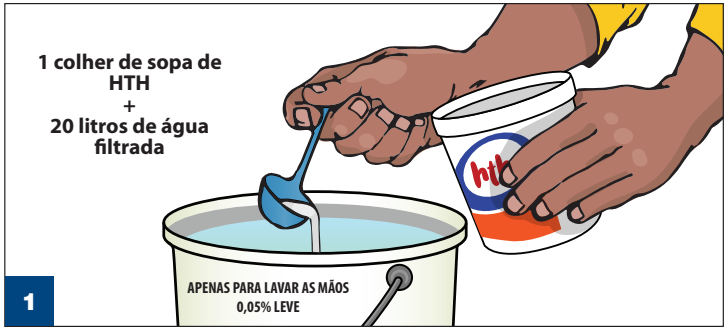
Misture 14 colheres de sopa (1 xícara mais ¾ xícara) de 5% de água sanitária em 20 litros (5 galões mais 4½ xícaras) de água filtrada. Mexa bem. Rotule o balde de plástico: “Apenas para lavagem das mãos” / **LEVE** 0.05%. Não beba nem use para cozinhar



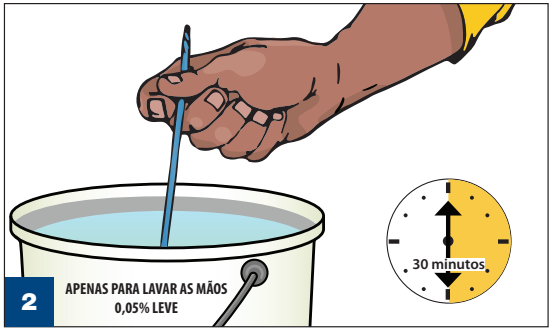
Lembre-se de tampar o balde. Use água com cloro **LEVE** para lavar as mãos.

Como fazer uma solução para lavagem das mãos com cloro em pó HTH

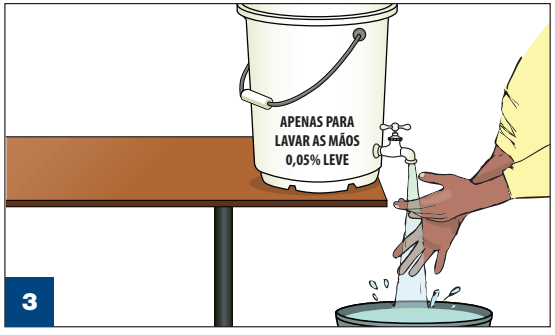
Use água com cloro **LEVE** para lavar as mãos. Prepare uma nova solução de água com cloro **leve** todos os dias.



Misture 1 colher de sopa de cloro em pó HTH em 20 litros (5 galões mais 4½ xícaras) de água todos os dias. Mexa bem. Rotule o balde de plástico: “Apenas para lavagem das mãos” / **LEVE** 0.05%. Não beba nem use para cozinhar.



Mexa bem e aguarde 30 minutos.



Use água com cloro **LEVE** para lavar as mãos.

- **NÃO beba água com cloro.** A Agência de Administração de Alimentos e Medicamentos dos EUA (FDA) adverte que isso pode causar intoxicação, doenças ou até a morte.
- **NÃO coloque água com cloro na boca ou nos olhos.** Isso pode causar ardência, irritação, coceira, visão desfocada ou sensibilidade à luz.

cdc.gov/coronavirus